# నడవాలంటే నరకం



- అధికమవుతున్న కీళ్లవాతం కేసులు
- మధ్య వయస్సులో పట్టిపీడిస్తున్న సమస్య
- పలు రకాల ఇన్ఫెక్షన్లు, జీవనశైలే కారణం
- ప్రతి వంద మందిలో ఐదుగురు బాధితులు

**శరీరంలో ప్రతి చోటా కీళ్లలో నొప్పి, కదలలేని, నడవలేని పరిస్థితి. అన్ని కీళ్లు బిగుసుకుపోతాయి. ఉదయం లేచి నడవాలంటే నరకం కనిపిస్తుంది. కాస్త విశ్రాంతి తీసుకుని నడవాలన్నా ఇబ్బందులే. ఇలాంటి సమస్యలతో ఇటీవల కాలంలో చాలా మంది ఇబ్బందిపడుతున్నారు. అన్ని కీళ్లల్లో వాతం చేరుకోవడంతో ఈ సమస్య వస్తోంది. పలురకాల ఇన్ఫెక్షన్లు, జీవనశైలిలో మార్పులు, మారిన ఆహారపు అలవాట్లే దీనికి కారణమని వైద్యులు చెబుతున్నారు.**

–వడమాలపేట(విజయపురం)

**ఏదిపడితే అది తినడంతోనే సమస్య**

రుమటాయిడ్ ఆర్థరైటిస్ అనే పదం చాలా మందికి తెలియదు. కీళ్లవాతమంటే అప్పట్లో ఉన్న పెద్దవారికి మాత్రమే తెలిసేది. వాతమంటే నొప్పి, కీళ్లవాతమంటే కీళ్లలో నొప్పిగా అప్పట్లో భావించే వారు. కొంత మంది వీటిని వాయు నొప్పులు అని కూడా పేర్కొనేవారు. ఇందుకు కొన్ని రకాల ఆహార పదార్థాలను తినకూడదని చెప్పేవారు. ఫలానా ఆహార పదార్థం తింటే నీకు వాయువు వస్తుందని హెచ్చరించేవారు. కానీ ఇప్పుడు అన్ని రకాల ఆహార పదార్థాలు అందు బాటులో ఉండడం, ఇంట్లో మంచి చెప్పే పెద్దవారు లేకపోవడంతో ఏది పడితే అది తినేస్తున్నారు. ఫలితంగా కీళ్లవాతం సమస్యతో బాధపడుతున్నారు. వాస్తవానికి తీసుకున్న ఆహారం జీర్ణం అయిన తర్వాతే మళ్లీ తినాలి. కానీ తిన్నది జీర్ణం కాకముందే మళ్లీ మళ్లీ ఆహారం తీసుకోవడం, సమయానికి ఆహారాన్ని తీసుకోకపోవడంతో జీర్ణవ్యవస్థ దెబ్బతింటోంది. తిన్న ఆహారం కూడా సరిగ్గా జీర్ణం కాకపోవడంతో అది విషం(ఆమ్లం)గా మారి శరీరంలో ప్రసరించి వాతాన్ని కలిగిస్తుంది. అది ప్రకోపించి అన్ని కీళ్లలో చేరి నొప్పి, వాపును కలుగజేస్తుంది. ప్రస్తుతం జనాభాలో ఐదు శాతం మందికి పైగా ఈ వ్యాధితో బాధ పడుతున్నట్లు వైద్యుల అంచనా. మొదట్లో దీని బారిన పడే వారు అధికంగా పట్టణాల్లో మాత్రమే ఉండేవారు. ఇప్పుడు పట్టణాలు, గ్రామాలు అన్న తేడా లేకుండా ఈ వ్యాధి పీడిస్తోంది.

**కీళ్లవాతానికి కారణాలు**

దీనిని ఆటో ఇమ్యూనో డిజార్డర్‌గా పిలుస్తారు. శరీరంలోని రోగనిరోధక వ్యవస్థ వ్యతిరేకంగా పనిచేస్తుంది. శరీరంలోని రక్షణ వ్యవస్థ మనల్ని రక్షించడానికి బదులు శరీరంలోని కణజాలాలు, కీళ్లపై దాడి చేసి అక్కడ నొప్పి, వాపును కలుగజేస్తాయి. దీంతో పాటు అంటువ్యాధులు, హార్మోన్ల మార్పులు, మానసిక ఒత్తిళ్లు, ధూమపానం, కాలుష్య కారకాలతో కూడా కీళ్లవాతం వచ్చేందుకు అవకాశాలు ఉన్నాయి. ఈ సమస్యను ఆధునిక పరిభాషలో రుమటాయిడ్ ఆర్థరైటిస్ అంటారు.

**వ్యాధి నివారణ మార్గాలు**

మసాలా ఆహారానికి, కూల్‌డ్రింక్స్‌కు దూరంగా ఉండడం, మాంసాహారం, నిల్వ ఉంచిన పదార్థాలు తినకపోవడం మంచిది. మినుములతో చేసిన పదార్థాలు, జంక్‌ఫుడ్స్‌కు దూరంగా ఉండాలి. చల్లని వాతావరణంలో జాగ్రత్తలు తీసుకోవడం, రాత్రిపూట నిద్ర మేల్కొకుండా ఉండాలి.

**వ్యాధి లక్షణాలు**

- ఉదయం పూట కీళ్లు బిగుతుగా ఉంటాయి. వాటిని కదిలించేందుకు ఇబ్బందిగా, విపరీతంగా నొప్పులు ఉంటాయి.
- చర్మంపై దద్దుర్లు, అలసట, రక్తహీనత, కళ్లు, నోరు పొడిబారడం, మోచేతులు, చేతులు, మోకాలు, ఇతర కీళ్లలో గట్టిగా గడ్డలు లాంటివి ఉంటాయి.
- తేలు కుట్టినట్లు అన్ని కీళ్లలో నొప్పులు, వాపు రావడం, రుచి తెలియకుండా ఉండడం, దాహం అధికంగా వేయడం. ఏ పనీ చేయాలని అనిపించక పోవడం, ఒళ్లంతా బరువుగా ఉండడం, జ్వరం తదితర లక్షణాలు కనిపిస్తాయి.




**ఆర్‌ఏపై అవగాహన తప్పని సరి**



రుమటాయిడ్ ఆర్థరైటిస్ (ఆర్‌ఏ) అనేది దీర్ఘకాలిక ఆటోఇమ్యూన్ వ్యాధి, ఇది ప్రధానంగా జాయింట్లను ప్రభావితం చేస్తుంది. ఇది నొప్పి, వాపు, గట్టితనం తదితర లక్షణాలను కలిగిస్తుంది. సాధారణంగా ఇది ఒకే సమయంలో రెండు చేతులు లేదా రెండు మోకాళ్లలో సమానంగా (సిమెట్రికల్‌గా) కనిపించవచ్చు. కేవలం జాయింట్లను మాత్రమే కాకుండా, కళ్లు, ఊపిరితిత్తులు, గుండె వంటి ఇతర అవయవాలను కూడా ప్రభావితం చేయగలదు. ఆర్‌ఏపై అవగాహన పెంచడం ద్వారా రోగులు సరైన సమయంలో వైద్య సహాయం పొందడం ద్వారా కీళ్లవాతం అదుపు చేయవచ్చు. –డాక్టర్ రాజశేఖర్, ఆర్థో వైద్య నిపుణుడు, పుత్తూరు

## క్లుప్తంగా

### బాధితులకు మెరుగైన వైద్యం అందించండి

శ్రీరంగరాజపురం: మండలంలోని దిగువ రిపుంజరాజపురం గ్రామంలో తేనేటీగల దాడిలో గాయపడిన ఉపాధి కూలీలకు మెరుగైన వైద్యం అందించాలని మాజీ డిప్యూటీ సీఎం నారాయణస్వామి, వైఎస్సార్‌సీపీ నియోజకవర్గ ఇన్‌చార్జి కృపాలక్ష్మి ఫోన్ ద్వారా జిల్లా కలెక్టర్‌కు, జిల్లా వైద్యాధికారులను కోరారు. ఈ సందర్భంగా వారు విజయవాడ నుంచి సాక్షితో మాట్లాడారు. తేనెటీగల దాడిలో గాయపడిన నిరుపేద కూలీలకు ప్రైవేటు ఆస్పత్రిలో చికిత్స అందించాలన్నారు. ఎవరూ అధైర్య పడవద్దని, ప్రతి ఒక్కరికీ వైఎస్సార్‌సీపీ తరపున అండగా ఉంటామన్నారు.

### కిశోర బాలికల వికాసంపై అవగాహన



వడమాలపేటలో మాట్లాడుతున్న సీడీపీఓ

వడమాలపేట (విజయపురం): వడమాలపేట ఉన్నత పాఠశాలలో సోమవారం ఐసీడీఎస్ ఆధ్వర్యంలో కిశోర బాలికల వికాసంపై అవగాహన సదస్సు నిర్వహించారు. ఈ సందర్భంగా సీడీపీఓ ప్రమీల మాట్లాడుతూ విద్య, వైద్యం, నైపుణ్యం, క్రీడలు, చట్టాలపై అవగాహన కలిగి ఉండాలన్నారు. ప్రతి సచివాలయంలో కిశోర బాలికల వికాసం కార్యక్రమం సమర్థవంతంగా నిర్వహించాలన్నారు. ఈ కార్యక్రమానికి ఎంఈఓలు పద్మావతి, తులసి రామ్ తదితరులు పాల్గొన్నారు

### సాగులో పరిజ్ఞానం అవసరం




రైతులకు శిక్షణ ఇస్తున్న అధికారులు

గుడిపాల: పంటలు సాగుచేసే రైతులు పరిజ్ఞానాన్ని పెంపొందించుకోవాలని వ్యవసాయశాఖ ఏడీఏ ఉమ అన్నారు. స్థానిక రైతు సేవా కేంద్రంలో సోమవారం స్కిల్ ఆఫ్ చిత్తూరు– డిజిటల్ శిక్షణా కార్యక్రమాన్ని రైతులకు నిర్వహించారు. ఆమె మాట్లాడుతూ రైతులు స్మార్ట్ ఫోన్ల వినియోగంతో పాటు, వ్యవసాయ సమాచారం తెలుసుకునే విషయంపై వారికి విపులంగా వివరించారు. ఎప్పటికప్పుడు స్మార్ట్ ఫోన్ల ద్వారానే రైతులు సేవలను ఉపయోగించుకోవచ్చన్నారు. పంటల మద్దతు ధర, మార్కెటింగ్‌పై తెలియజేశారు. కార్యక్రమంలో వ్యవసాయ సహాయకులు యోగప్రియ, రైతులు పాల్గొన్నారు.

### కిశోరి వికాసంపై అవగాహన



తగ్గువారిపల్లెలో కిశోర బాలికలకు అవగాహన కల్పిస్తున్న ఆరోగ్య కార్యకర్త

బంగారుపాళెం: యుక్తవయసులో ఉన్న బాలికల భవిష్యత్‌కు కిశోరి వికాసం దోహదపడుతుందని ఎంఎల్‌హెచ్‌పి ఢిల్లీ అన్నారు. మండలంలోని తగ్గువారిపల్లెలో సోమవారం కిశోరి బాలికలకు అవగాహన కల్పించారు. బాలికల్లో కౌమార దశలో వచ్చే మార్పులు, తీసుకోవాల్సిన జాగ్రత్తలు వివరించారు. వ్యక్తిగత శుభ్రతపై అవగాహన కల్పించారు. పౌష్టికాహారం వల్ల కలిగే లాభాలను, బాల్య వివాహాల వల్ల కలిగే అనర్థాలను వివరించారు. లైంగిక వేధింపుల నుంచి రక్షణ, ఆత్మరక్షణ, వృత్తి, విద్య తదితర అంశాలను వివరించారు. ఉపాధి అవకాశాలపై అవగాహన కల్పించారు. ఈ కార్యక్రమంలో అంగన్‌వాడీ, ఆరోగ్య సిబ్బంది పాల్గొన్నారు.

### గ్రంథాలయాలు ఆధునిక దేవాలయాలు



పుస్తకాలను వితరణ చేస్తున్న దాతలు

చిత్తూరు కార్పొరేషన్: గ్రంథాలయాలు ఆధునిక దేవాలయాలు అని దాత భార్గవి అన్నారు. ఆమె తనవంతు సాయంగా సోమవారం జిల్లా గ్రంథాలయానికి పోటీ పరీక్షల పుస్తకాలు, వైట్‌బోర్డును వితరణగా అందజేశారు. ఆమె మాట్లాడుతూ ప్రతి ఒక్కరూ పుస్తకాలు చదవడాన్ని అలవాటుగా మార్చుకోవాలని తెలిపారు. గ్రంథాలయంలోని పోటీ పరీక్షల పుస్తకాలను సద్వినియోగం చేసుకోవాలని కోరారు. విద్యార్థులు చిన్నతనం నుంచే గ్రంథాలయాలను ఉపయోగించుకుని విజ్ఞానం సముపార్జించుకోవాలని కోరారు. ఈ కార్యక్రమంలో మరో దాత చంద్రహాస్, డిప్యూటీ లైబ్రేరియన్ లలిత, రాజ్‌కుమార్, రిసోర్స్ పర్సన్లు జెన్నీఫర్, భార్గవి, గోవిందస్వామి తదితరులు పాల్గొన్నారు.

## ఉచిత శిక్షణకు దరఖాస్తుల ఆహ్వానం

పుత్తూరు: ఎస్ఆర్ఎస్ ప్రభుత్వ డిగ్రీ కళాశాలలోని స్కిల్ హబ్ సెంటర్‌లో డొమెస్టిక్ డేటా ఎంట్రీ ఆపరేటర్ కోసం ఉచిత శిక్షణ ఇస్తున్నట్లు ప్రిన్సిపల్ డాక్టర్ బి.చంద్రమౌళి సోమవారం ఒక ప్రకటనలో తెలిపారు. మూడు నెలల ఉచిత శిక్షణ కోసం ఎస్ఎస్‌సీ, ఏదైనా డిగ్రీ కలిగిన యువతీ యువకులు అర్హులని తెలిపారు. ఈ కోర్సుకు నగరి నియోజకవర్గ పరిధిలోని యువతీ యువకులు ఈనెల 15వ తేదీలోపు కళాశాలలోని స్కిల్ హబ్ సెంటర్‌లో రిజిస్ట్రేషన్ చేసుకోవాలని కోరారు. రిజిస్ట్రేషన్ కోసం ఆధార్, మార్కుల లిస్ట్ జిరాక్స్‌లతో పాటు ఫొటో తీసుకురావాలని తెలిపారు. శిక్షణ పొందిన వారికి ఏపీ స్కిల్ డెవలప్‌మెంట్ కార్పొరేషన్ ద్వారా సర్టిఫికెట్ ఇవ్వడంతో పాటు ఉపాధి అవకాశాలను కల్పిస్తామని వెల్లడించారు. వివరాలకు 6300954441లో సంప్రదించాలని కోరారు.

## తిమ్మాపల్లెలో వైద్యశిబిరం



వైద్య పరీక్షలు చేస్తున్న డాక్టర్ రష్మిత

గుడిపాల: రాష్ట్ర ప్రభుత్వం ప్రవేశపెట్టిన ఫ్యామిలీ ఫిజీషియన్‌తో ప్రజలకు ఇంటి వద్దే వైద్యం అందుతోందని బొమ్మసముద్రం పీహెచ్‌సీ డాక్టర్ రష్మిత అన్నారు. తిమ్మాపల్లెలో సోమవారం ఫ్యామిలీ డాక్టర్ కార్యక్రమంలో భాగంగా వైద్య శిబిరాన్ని నిర్వహించారు. గర్భిణులు, బాలింతలు, కిశోరి బాలికలకు రక్త పరీక్షలు చేశారు. బీపీ, చక్కెర వ్యాధిగ్రస్తులకు మందులు పంపిణీ చేశారు. 60 మందికి వైద్య పరీక్షలు నిర్వహించారు. వైద్య సిబ్బంది శ్రీలక్ష్మి, సరిత, సరళ పాల్గొన్నారు.

# ఇరువర్గాల నడుమ ఘర్షణ



సురేష్‌కుమార్ చేతికి తీవ్ర గాయమైన దృశ్యం

కార్వేటినగరం: ఇరువర్గాల మధ్య ఘర్షణ పడిన ఘటన మండల పరిధిలోని కేఎం పురం దళితవాడలో చోటు చేసుకున్నట్లు ఆలస్యంగా వెలుగులోకి వచ్చింది. స్థానిక సీఐ హనుమంతప్ప కథనం మేరకు వివరాలిలా.. కేఎం పురం దళితవాడకు చెందిన మార్కండేయులు, దీపక్ ఆదివారం గ్రామ సమీపంలో ఉన్న వ్యవసాయ పొలం గట్టుపై ఉన్న వేపచెట్టులో ఆకు నరికేందుకు వెళ్లారు. అయితే పొలం యజమాని అయిన సురేష్ కుమార్, సువర్ణ బాబు తమ చెట్లలో ఆకులు నరకవద్దని, గతంలో కూడా మీరు ఆవులు, మేకలను పొలాల్లో వదలి యథేచ్ఛగా మేపుతున్నారని నిలదీశారు. దీంతో ఆగ్రహం చెందిన మార్కండేయులు, దీపక్‌తో పాటు, రాణెమ్మ, యశ్వంత్, సరిత కుటుంబ సభ్యులు మూకుమ్మడిగా కర్రలు, కత్తులతో దాడి చేశారు. దీంతో సురేష్ కుమార్‌కు కుడి, ఎడమ చేతులకు తీవ్రగాయాలు కావడంతో వారిని ఆస్పత్రికి తరలించారు. అయితే సోమవారం ఇరువర్గాల వారు ఫిర్యాదు చేయడంతో కేసు నమోదు చేసి దర్యాప్తు చేస్తున్నట్లు వెల్లడించారు.

## నేడు యాదమరిలో జాతర



గంగమ్మ(ఫైల్)

యాదమరి: మండల కేంద్రంలో అత్యంత ప్రతిష్టాత్మకంగా నేడు గంగ జాతరను నిర్వహించనున్నారు. ఆలయ ప్రాంగణాన్ని విద్యుత్ దీపాలంకరణలతో సుందరంగా తీర్చిదిద్దారు. మంగళవారం ఉదయం 5:30 గంటల నుంచి 6:30 గంటల్లోపు భక్తులకు అమ్మవారి విశ్వరూప దర్శనాన్ని కల్పించనున్నారు. రాత్రికి పలు సాంస్కృతిక కార్యక్రమాలు నిర్వహించనున్నారు. మరునాడు ఓంశక్తి భక్తులు అమ్మవారు నిమజ్జన కార్యక్రమంలో పలు విన్యాసాలు చేయనున్నారు. జాతరను ప్రశాంతంగా నిర్వహించుకోవాలని నిర్వాహకులకు స్థానిక ఎస్ఐ ఈశ్వర్ సూచించారు. గత కొన్నేళ్లుగా గంగ జాతరలో యువత గొడవలకు దిగుతున్నారు. అమ్మవారి నిమజ్జనం రోజున ఆధిపత్య పోరు కొనసాగుతుంది. దీనిని నివారించడానికి ఎస్ఐ ఈశ్వర్ తగిన ప్రణాళికలతో కట్టుదిట్టమైన భద్రతా ఏర్పాట్లు చేశామని తెలిపారు. ఎవరైనా చట్టాన్ని అతిక్రమించి ప్రజలకు ఇబ్బంది కలిగిస్తే రౌడీ షీట్ తెరుస్తామని హెచ్చరించారు. ఇప్పటికే పది మందిని బైండోవర్ చేసినట్లు ఎస్ఐ తెలిపారు.

# డైయింగ్ ఫ్యాక్టరీలను తరలించండి

- ఆర్డీఓకు కౌన్సిలర్లు, ప్రజా సంఘాల నాయకుల వినతి



ఆర్డీఓకు వినతిపత్రం అందజేస్తున్న కౌన్సిలర్లు, ప్రజా సంఘాల నాయకులు

నగరి: మున్సిపల్ పరిధిలో ప్రజల ప్రాణాలకు ముప్పు కలిగిస్తున్న డైయింగ్ ఫ్యాక్టరీలను నివాస ప్రాంతాలకు దూరంగా పరిశ్రమల కోసం కేటాయించిన స్థలాలకు తరలించాలని కౌన్సిలర్లు, ప్రజా సంఘాల నాయకులు సోమవారం ఆర్డీఓ భవానిశంకరికి వినతిపత్రం అందజేశారు. వారు మాట్లాడుతూ డైయింగ్ యూనిట్ల ద్వారా విడుదల అవుతున్న రసాయన నీటితో ప్రజలు ప్రాణాంతక రోగాల బారిన పడుతున్నట్లు ఆందోళన వ్యక్తం చేశారు. నగరి ఏరియా ఆసుపత్రి ఇచ్చిన నివేదిక మేరకు గత ఐదేళ్లలో 16,349 మంది చర్మ వ్యాధులు, 14,009 మంది టీబీ, 29,519 మంది డయాబెటిస్, 7,251 మంది ఆస్తమా తదితర రోగాల బారిన పడినట్లు వివరించారు. ఒక్క ఏడాదిలోనే 59 మంది కిడ్నీ వ్యాధి సోకి బాధ పడుతున్నట్లు వెల్లడించారు. ఇప్పటికే వీరిలో చాలా మంది మృతి చెందారని తెలిపారు. గతంలో 70 మాన్యువల్ డైయింగ్ యూనిట్లు మాత్రమే ఉండేవని, ప్రస్తుతం 16 మిషన్ డైయింగ్ యూనిట్లు ఏర్పాటు కావడంతో నగరి పట్టణం ప్రమాదంలో పడిందని ఆందోళన వ్యక్తం చేశారు. ఒక్కో మిషన్ డైయింగ్ యూనిట్ 70 మాన్యువల్ యూనిట్లతో సమానమన్నారు. 2011 జనవరిలో మద్రాసు హైకోర్టు తిరుపూరులోని డైయింగ్ యూనిట్లను నిషేధిస్తూ తీర్పునిచ్చిందని గుర్తు చేశారు. అయితే అక్కడ మూతపడ్డ డైయింగ్ యూనిట్లు నగరిలో ప్రారంభించారని ఆరోపించారు. ప్రస్తుత మిషన్ డైయింగ్ యూనిట్ల ద్వారా విడుదల అవుతున్న రసాయన నీరు భూగర్భ జలాలను కలుషితం చేయడంతో పాటు కుశస్థలి నది, పలు చెరువులు, కాలువలు సైతం కలుషితమైనట్లు తెలిపారు. ప్రజల ప్రాణాలకు ముప్పుగా మారిన మిషన్ డైయింగ్ యూనిట్లను పరిశ్రమల కోసం కేటాయించిన స్థలాలకు తరలించాలని వారు డిమాండ్ చేశారు. లేకుంటే ఆందోళన కార్యక్రమాలను చేపడతామని హెచ్చరించారు.

# యాప్‌లపై అవగాహన పెంచుకోవాలి




వ్యవసాయ శాఖకు సంబంధించిన బుక్‌లెట్లను చూపుతున్న అధికారులు, రైతులు

ఐరాల: వ్యవసాయ శాఖకు సంబంధించిన యాప్‌లపై రైతులు అవగాహన పెంచుకోవాలని ఏఓ వరలక్ష్మి సూచించారు. మండలంలోని వేదగిరివారిపల్లె రైతు సేవా కేంద్రంలో సోమవారం రైతులకు మాస్టర్ ట్రైనర్ మురళీకృష్ణ ఆధ్వర్యంలో స్కిల్ అప్ చిత్తూరు డిజిటల్ ట్రైనింగ్‌పై శిక్షణ కార్యక్రమం నిర్వహించారు. మురళీకృష్ణ మాట్లాడుతూ రైతులు స్మార్ట్ ఫోన్లు ఎలా వినియోగించుకోవాలి, ఫోన్ల వలన కలిగే నష్టాలు, లాభాల గురించి వివరించారు. వ్యవసాయ సమాచారం కోసం అగ్రిసెంట్రల్ ప్లాంటిక్స్, ఎన్‌సీఎస్ఎస్ యాప్ వినియోగంపై అవగాహన కల్పించారు. కేంద్ర, రాష్ట్ర ప్రభుత్వ పథకాల గురించి వివరించారు. ఈ శిక్షణ కార్యక్రమంలో 30 మంది రైతులకు శిక్షణ ఇచ్చినట్లు చెప్పారు. శిక్షణ పొందిన రైతులు శిక్షణకు హాజరుకాని రైతులకు శిక్షణ ఇవ్వాలని కోరారు. శిక్షణలో ప్రతిభ కనబరచిన ముగ్గురు రైతులకు బహుమతులు అందజేస్తామన్నారు. ప్రథమ బహుమతి రూ.20 వేలు, ద్వితీయ బహుమతి రూ.12 వేలు, తృతీయ బహుమతి రూ.8 వేల చొప్పున నగదు ప్రోత్సాహక బహుమతులతో పాటు ప్రశంసా పత్రం జిల్లా కలెక్టర్ చేతుల మీదుగా అందచేయనున్నట్లు వెల్లడించారు. కార్యక్రమంలో ఏఈఓ ద్రాక్షాయని, రైతులు పాల్గొన్నారు.

## ఆధునిక సాంకేతికతను అందిపుచ్చుకోవాలి



రైతులకు శిక్షణ ఇస్తున్న పర్యవేక్షక అధికారి రజనీకుమారి

ఐరాల: రైతులు పంటల సాగులో ఆధునిక సాంకేతికతను అందిపుచ్చుకోవాలని మండల పర్యవేక్షక అధికారి రజనీకుమారి సూచించారు. మండలంలోని ముదిగోళం రైతు సేవా కేంద్రంలో సోమవారం స్థానిక రైతులకు ఆధునిక సాంకేతిక పరిజ్ఞానంపై శిక్షణ ఇచ్చారు. ఆమె మాట్లాడుతూ పంట సాగులో స్మార్ట్ ఫోన్ ద్వారా పంట సాగుకు తోడ్పాటునిచ్చే వివిధ రకాల యాప్‌ల గురించి ఆచరణాత్మకంగా వివరించారు. రైతులు తమ స్మార్ట్ ఫోన్ ద్వారా నూతన పంటల సాగు విధానాలు, చీడ పీడలు గుర్తించడం, సలహాలు, వాతావరణ పరిస్థితులు, ప్రభుత్వ పథకాల సమాచారం, మార్కెటింగ్ సమాచారం, సదుపాయాలను ఆధునిక సాంకేతికత ద్వారా తెలుసుకుని అధిక ఆదాయ మార్గాలను పెంపొందించుకోవాలని తెలియజేశారు. కార్యక్రమంలో మాస్టర్ ట్రైనర్ హేమంత్, ఆర్ఎస్‌కే సిబ్బంది పాల్గొన్నారు.

## ఏనుగుల నుంచి కాపాడండి

రేణిగుంట (శ్రీకాళహస్తి రూరల్): మామండూరు మామిడి తోటలపై ఏనుగులు పడి నాశనం చేస్తున్నాయని, వాటి బారి నుంచి పంటలను, రైతులను కాపాడాలని రాష్ట్ర రైతు సంఘం జిల్లా ప్రధాన కార్యదర్శి పెనుమూరు హేమలత డిమాండ్ చేశారు. మామండూరులో ఏనుగులు ధ్వంసం చేసిన మామిడి తోటలను సోమవారం రైతు సంఘం అధ్యక్షుడు రంగయ్య పరిశీలించారు.

## గ్రామీణులకు మెరుగైన వైద్యం



వైద్య పరీక్షలు చేస్తున్న వైద్య సిబ్బంది

ఐరాల: ఫ్యామిలీ డాక్టర్ కార్యక్రమం ద్వారా గ్రామీణ ప్రజలకు మెరుగైన వైద్య సేవలు అందిస్తున్నట్లు స్థానిక పీహెచ్‌సీ వైద్యాధికారి ప్రవీణ్‌కుమార్ తెలిపారు. మండలంలోని 35 యర్లంపల్లెలో సోమవారం ఫ్యామిలీ డాక్టర్ కార్యక్రమం నిర్వహించారు. 104 వాహనంలో వైద్యాధికారి 65 మందికి వైద్య పరీక్షలు చేసి ఉచితంగా మందులు అందజేశారు. గ్రామంలో ఏర్పాటు చేసిన వైద్య శిబిరంలో గర్భిణులు, బాలింతలు, వృద్ధులు, బీపీ, షుగర్ వ్యాధిగ్రస్తులకు పరీక్షలు చేశారు. గర్భిణులు క్రమం తప్పకుండా వైద్య పరీక్షలు చేయించుకోవాలని సూచించారు. రక్తహీనత నివారణకు వైద్య సిబ్బంది అందించే ఐరన్ మాత్రలు విధిగా తాగాలన్నారు. కార్యక్రమంలో హెల్త్ అసిస్టెంట్ సుధాకర్, ఎంఎల్‌హెచ్‌పీ, ఏఎన్ఎంలు, ఆశావర్కర్లు పాల్గొన్నారు.

# వైభవంగా ద్రౌపది కల్యాణోత్సవం



వెదురుకుప్పం: అమ్మవారిని తీసుకెళుతున్న ఉభయదారులు



పాలసముద్రం: కల్యాణోత్సవం నిర్వహిస్తున్న వేదపండితులు

పాలసముద్రం: మండలంలోని క్రిష్ణజమ్మపురం గ్రామంలో వెలసిన శ్రీధర్మరాజుల స్వామి ఆలయంలో మహాభారత ఉత్సవాలలో భాగంగా ఐదో రోజు సోమవారం ద్రౌపది, ధర్మరాజుల స్వామికి కల్యాణోత్సవం అంగరంగ వైభవంగా జరిగింది. అమ్మవారి కల్యాణోత్సవానికి ఉభయదారులుగా వి.గోపి, సుమతి వ్యవహరించారు. మంగళవాయిద్యాలతో అమ్మవారికి పట్టువస్త్రాలు, పూజసామగ్రిని అమ్మవారి ఆలయానికి చేర్చారు. ఆలయ అర్చకులు వేద మంత్రోచ్చారణ నడుమ శాస్త్రోక్తంగా కల్యాణం జరిపించారు. ద్రౌపది అమ్మవారి కల్యాణోత్సవ కార్యక్రమంలో తహసీల్దార్ అరుణకుమారి స్వామి, అమ్మవార్లకు ప్రత్యేక పూజలు చేశారు. తమిళనాడు, కర్ణాటక, మండల పరిధిలోని భక్తులు పెద్ద సంఖ్యలో పాల్గొన్నారు. మధ్యాహ్నం పూర్ణ భాగవతారిణి హరికథా గానం భక్తులను అలరించింది.

**వెదురుకుప్పంలో..**

వెదురుకుప్పం: మండలంలోని నల్లవెంగనపల్లె ద్రౌపదీ సమేత ధర్మరాజుల ఆలయంలో జరుగుతున్న మహాభారత ఉత్సవాల్లో భాగంగా సోమవారం సాయంత్రం అమ్మవారి కల్యాణం కనులవిందుగా జరిగింది. ఉదయాన్నే అమ్మవారికి ప్రత్యేక పూజలు నిర్వహించారు. మధ్యాహ్నం భాగవతారిణి హరికథ కాలక్షేపం జరిగింది. సాయంత్రం ఆలయం ఆవరణలో పెళ్లిపందిరి ఏర్పాటు చేసి ఉత్సవమూర్తులను వేంచేపు చేశారు. పట్టుపీతాంబరాలు, సుగంధ పరిమళాలు వెదజల్లే మూలికలతో ముస్తాబు చేశారు. సకల దేవతలకు ఆహ్వానం పలుకుతూ మేళతాళాలు, మంగళ వాయిద్యాల నడుమ శాస్త్రోక్తంగా మాంగల్యధారణ చేశారు. చుట్టుపక్కల గ్రామాల నుంచి అధిక సంఖ్యలో భక్తులు పాల్గొన్నారు. అమ్మవారిని వీధుల్లో ఊరేగించారు. భక్తులకు అన్న ప్రసాద వితరణ చేశారు. ఈ కార్యక్రమానికి పాతగుంట గ్రామానికి చెందిన మాజీ సింగిల్‌విండో డైరెక్టర్ చొక్కలింగారెడ్డి కుటుంబ సభ్యులు ఉభయదారులుగా వ్యవహరించారు. ఈ కార్యక్రమంలో వైస్ ఎంపీపీ విజయ, మాజీ సింగిల్ విండో డైరెక్టర్ మునికృష్ణారెడ్డి, డీలర్ తోయజాక్షురెడ్డి పాల్గొన్నారు.



పాలసముద్రం: కల్యాణోత్సవంలో ప్రత్యేక పూజలు